

産後 3～4 ヶ月頃の母親が妊娠中の 夫婦間の役割調整について感じる思い

小寺 洋加 Hiroka KOTERA 稲玉 幸江 Yukie INADAMA

北見赤十字病院 看護部
Nursing Department, Kitami Red Cross Hospital

要旨：【目的】産後 3～4 ヶ月の母親が妊娠中の夫婦間の役割調整について感じる思いを明らかにする。

【方法】質的記述的研究デザイン。A 病院で出産し、産褥・新生児の経過が正常で、バースプラン用紙の育児の役割分担の欄に記載があり妊娠中の夫婦間の役割調整を行っていた 5 名を対象に面接を行い、カテゴリー分類した。

【結果】逐語録から分析した結果、「女性の負担が大きいという不公平感」「夫に対する不満やあきらめ」「夫の努力や行動を肯定的に受け入れようとする思い」「産後の夫婦の話し合いの時間をもちたいのに持てない」「自分の時間が持てず消化不良な思い」「育児への尽きない不安」「産後の仕事に対して巡る思い」という 7 つのカテゴリーと 20 のサブカテゴリーに分類された。

【結論】産後 3～4 ヶ月頃の母親は、家事や育児の役割分担に不公平感を感じ、夫の行う家事や育児を肯定的に受け入れる反面で不満を抱いていたが、産後に話し合う時間が持てないという物理的理由と夫にこれ以上の期待はしないあきらめという心理的理由から、その思いを伝えきれていなかった。妊娠中の役割調整について、より具体的に行う必要性を感じていた。

キーワード：夫婦間の役割調整

I. 序 論

産後 2～3 ヶ月頃までは、乳児の睡眠サイクルが整っていないため夜間の授乳回数も多く慢性的な睡眠不足を感じている母親が多い。多くの母親は父親が仕事に行っている間、一人で家事や育児を行わずにはならず、その身体的・精神的負担は大きい。出産後に家事や育児を行う父親も増えてきているが、その実施状況は個人差がある。

産後 2～3 ヶ月の夫婦への調査では、情緒的サポート・道具的サポートに対する夫婦の相互評価が高く一致している群は、そうでない群より母親の精神的健康が高い傾向にある(高木,2015,p.128)。さらに、育児サポートを得ているという母親の肯定的認知や良好な夫婦関係が育児負担感の緩和に重要とされている(森永・難波・二宮,2015,p.519)。しかし、父親

は育児参加していると感じているにも関わらず、4 割弱の母親は父親の育児参加に満足はしていないという実態もある(宮本,2014,p.33)。

当院で使用しているバースプラン用紙に育児の役割分担について話し合う項目を設けているが、空欄、または話し合っていない場合が多く、産後の生活について具体的に話し合われていない傾向があるのではないかと考える。母親の育児負担感を軽減するには、妊娠中からの教育や夫婦間での調整が必要なのではないかと考えた。

産後のソーシャルサポートと母親の精神的健康について調べた文献や、父親の育児実施について調べた文献は多くみられるが、妊娠中の調整で産後に向けた夫婦間の話し合いについて調査した研究は見当たらなかった。そこで本研究では、産後 3～4 ヶ月頃の母親が妊娠中の夫婦間での話し合いを振り返り、

妊娠中の役割調整について感じる思いについて明らかにすることとした。

II. 研究目的

産後 3～4 ヶ月の母親が妊娠中の夫婦間の役割調整について感じる思いを明らかにする。

III. 研究の意義

研究目的を明らかにすることで、妊娠期における保健指導に活かすことができる。また、妊娠中に夫婦間で話し合いと効果的な調整が行われることにより、良好な役割分担と母親の育児負担感の緩和への一助になることが期待できる。

IV. 用語の定義

「妊娠中の夫婦間の役割調整」とは、妊娠期に夫婦間で産後の生活や育児のことを話し合い、役割分担を考えるなど、準備し状況を整えることと定義する。

V. 研究方法

1. 研究デザイン：質的記述的研究
2. 研究参加施設：当院 4 階東病棟
3. 研究参加者：2017 年 1 月～4 月に当院で正期産で出産し研究参加の同意が得られた計 5 名。産褥経過・新生児の経過が正常で、バースプラン用紙の育児の役割分担の欄に記載があり妊娠中の夫婦間の役割調整を行っていた方とした。面接は、母親の身体的・精神的負担も軽減してくる時期であること、里帰り期間を終えて自分の家族だけで生活して時間が経過していること、妊娠中の調整について記憶がまだ新しいことから産後 3～4 ヶ月頃とした。
4. データ収集期間：2017 年 5 月～2017 年 8 月
5. データ収集方法：産後 3～4 ヶ月頃に、半構成的面接を 1 人 20～30 分実施した。
6. データ分析方法：面接内容を IC レコーダーに録音し逐語録を作成した。思いに沿って分類・分析し、カテゴリー化を行った。分析にあたって

は研究者間で検討を繰り返すと共に、修士課程修了者にスーパーバイズを受けて信頼性と妥当性を高めた。

VI. 倫理的配慮

本研究を行うに当たり、当院倫理委員会の承認を受けた。研究参加者に対し、研究の目的と方法、研究への自由参加と不参加・途中辞退による不利益は生じないこと、匿名性の確保と厳重なデータ管理による個人情報の保護、研究結果の公表について書面と口頭で説明し、同意書に署名を得て面接・録音した。面接の場所は自宅または病院を参加者に選んでいただき、プライバシーに配慮して個室で行った。その間共同研究者が同じ部屋で託児を行い、母子が離れることでの不安や負担の軽減に努めた。面接後は育児相談も行い、研究協力だけに終わらないよう配慮した。

VII. 結果

研究参加者の平均年齢は 33.6 歳で、初産 2 名、経産 3 名であった。里帰りをしなかったが親の手伝いがあったのは 1 名、他は産後約 1 ヶ月実家に里帰りをしていった。妊娠中の話し合いの時期は出産時期が近付いてから行っており、回数はそれぞれの研究参加者で 1～2 回から健診のたびに実施、とばらつきがあった。話し合いの内容は、経産婦は上の子の預け先やお風呂入れ・寝かしつけの話が多く、夫の仕事の予定調整や沐浴の担当についても話し合いをしていた。その一方で、「家事はどちらかが出来る時にする」「あえて役割を決めない」という話し合い結果の研究参加者もいた。夫の家事・育児参加状況は、毎日仕事から帰宅した後に行っている場合から休日のみ、と頻度にばらつきがあった。内容としては、食器洗いやお風呂掃除、上の子の寝かしつけ、子どものお風呂入れ、買い物などを実施していた。そのことで自分の時間を過ごしたり、母親が 1 人でお風呂に入ることが出来ているという言葉が聞かれた。

妊娠中の夫婦間の役割調整について感じる思いを逐語録から分析した結果、【】で示す 7 つのカテゴリーと 〈〉で示す 20 のサブカテゴリーに分類された。また、「」内の斜字は研究参加者が語った思いである。

1. 【女性の負担が大きいという不公平感】

このカテゴリーは3つのサブカテゴリーから成り立っていた。日頃、家事や育児を行うメインは自分、と全員が答え、〈家事や育児を行うメインは私〉という思いを抱いていた。子どもが生まれてからは「母親じゃないとっていう場面が多くて、そういうもんなんだろうなって思って」という〈母親じゃないと出来ないことの方が多い〉という思いを抱いていた。

「お互いに協力して働いていければいいねと言ってたんですけど、やっぱり女の人に負担がかかるのかなと言うのが正直なところですよ」という〈共働きで協力し合うと話していても女性に負担がかかる〉思いを抱いていた。

2. 【夫に対する不満やあきらめ】

このカテゴリーは5つのサブカテゴリーから成り立っていた。経産婦は、上の子と下の子の寝かしつけの場面などで母親を欲する場面が多く、夫に依頼していても最終的に自分が行うことになるという〈やっぱり全部任せられない〉という思いを抱いていた。その結果、〈自分でやった方が早い〉という思いにつながっていた。この現状に対して「仕方ないかなって思っている方が大きいかな」という〈これ以上の期待はしないあきらめの気持ち〉を抱いていた。さらに「仕事で疲れているだろうから、あまりこっちの意見ばかり言わないようにしている」「思ったことばかり押し付けてもなって思う自分がいるからそんなに、ああして欲しいとかこうして欲しいとかは言っていない方なのかな」と、〈あまり自分の意見ばかり言わないようにしている〉という状況であった。経産婦では、〈上の子ともっと遊んで欲しい〉と上の子のケアを大切に思う思いを抱いていた。

3. 【夫の努力や行動を肯定的に受け入れようとする思い】

このカテゴリーは2つのサブカテゴリーから成り立っていた。2つ目のカテゴリーのように夫に対して負の感情もある一方で「仕事遅くてできないこともあるけどきっとこれ以上負担を増やしたら大変かなと言うところはあるので今のところ役割分担で上手くいってるのかなと言う気がしてます」という〈求めるレベルにはなっていないが、夫の努力は認める思い〉を抱いていた。また、「思っていたくらいはやってくれていると思います」という〈今できることをやってくれているという夫を承認する〉思いを抱

いていた。

4. 【産後の夫婦の話し合いの時間を持ちたいのに持てない】

このカテゴリーは3つのサブカテゴリーから成り立っていた。「(子どもが)二人で自分もいっぱいいっぱいだから、不満を言う前にやった方が早いみたいなものもある」「まだ育児にいっぱいいっぱいでお話し合いをする時間がないっていう感じです」という〈1日を過ごすのに精一杯で夫婦で話す時間がない〉という思いを抱いていた。〈十分話しておけばよかった〉というサブカテゴリーでは、「(妊娠前)フルタイムで働いているときから、家事の役割分担をしてしっかり決めておけばスムーズに、妊娠中も生まれる前も生まれてからもできたのかなとは思う」という思いや、上の子のケア、マイホームの計画、子どもの名前など、それぞれに話し合っておけば良かったという思いが語られていた。その一方で「育児に対して疲れているとか外に出て居なかったら男の人は気付かないのかなってというのが産後思ったことでした」と、〈言わないと男性には伝わらない〉という思いもあった。産後どのようなことを話しているかという質問では「休みの日くらいは一緒に子供を見てほしい」「(家事など)して欲しいことを言うようにしています」と自分の思いを伝えられている研究参加者もいたが、そのような話が出来ていない研究参加者もいた。

5. 【自分の時間が持てず消化不良な思い】

このカテゴリーは2つのサブカテゴリーから成り立っていた。産後3~4ヶ月という時期もあり初産産問わず〈あまり自分の時間はない〉と感じていた。また、読書やお菓子作り、仕事など〈やりたいことがあるけど出来そうで出来ない〉という思いを抱いていた。

6. 【育児への尽きない不安】

このカテゴリーは2つのサブカテゴリーから成り立っていた。初産婦では〈産後1ヶ月なんて不安しかなかった〉や〈育児の想像や見通しがつかない〉といった思いを抱いていた。

7. 【産後の仕事に対して巡る思い】

このカテゴリーは3つのサブカテゴリーから成り立っていた。5名全員が出産前に仕事を持ち、育児休暇を取得しているのは2名、既に短時間の仕事を開始しているのは1名、残り2名は退職していた。退

職者は〈仕事復帰は考えていない〉と語られていたが、他の研究参加者は〈仕事をしているのも悪くなかった〉〈思ったより預けられるところが少ない〉という思いを抱いていた。

Ⅳ. 考 察

研究参加者全員が、初産婦問わず【育児や家事を行うメインは私】であると認識しており、全員がそのことに対して【女性の負担が大きいという不公平感】を抱いていた。初産婦では【育児への尽きない不安】を持ちながら、母親役割が増えたことによる負担があり、経産婦では上の子と新たに誕生する子どもの育児が同時進行するという負担がある。その結果、経産婦であっても産後3~4ヶ月頃までは1日を過ごすので精一杯な生活を送っている。このため、【産後の夫婦の話し合いの時間を持ちたいのに持てない】現状があり、お互いの気持ちを共有する場がないと考える。本研究参加者の夫は頻度にばらつきはあるが全員が休日や仕事からの帰宅後、育児や家事を行っていた。しかし、それでも研究参加者は自分でないと子どもが泣き止まないことや言わないとやってくれないこと、もう少しこうして欲しいと感じる場面を通して、【夫に対する不満やあきらめ】の思いを抱いていた。日々の生活でこの思いを積み重ねてはいるが、【夫の努力や行動を肯定的に受け入れようとする思い】もあり、あまり押し付けすぎないように自分の気持ちを伝えない、という心境に変化していったと考える。このことから、話し合いの時間を持ちたいという思いがある一方で、自分の思いを伝えることをあきらめるアンビバレンスな感情を持ちながら育児を行っていることが分かった。

さらに、研究参加者全員が【自分の時間がもてず消化不良な思い】を抱いており、仕事をする時間や子どもの預け先に苦慮し、退職者は仕事復帰について考える隙もない状況であった。そのような中、夫が家事や上の子のお世話を行うことで、ゆっくり入浴したり休む時間を確保できて助かるという言葉も聞かれた。森永・難波・二宮(2015)は「父親自身がどれほど頑張って育児参加をし、育児サポートをしていると思おうとも、母親が父親から育児サポートを得ていると認知しなければ、母親の育児負担感は軽減されない」(p.524)と述べている。また、中垣・

千葉(2013)は「妊娠中に経済的な面での調整や、産後の家事や育児の調整を行う事は肯定的受容を促進する」(p.40)と述べている。妊娠中から産後の役割調整について夫婦で話し合う時間があれば夫の行動を肯定的に認知する一助になるのではないかと考える。

妊娠中話し合えば良かったことについて、経産婦は上の子のお世話をあげていた。経産婦は1人目の育児経験から役割分担などはある程度決まっているため、上の子を中心とした役割調整を重視していると考えられる。初産婦は具体的な育児の想像がつかないことからあえて役割は明確に決めていなかったため、出産してから役割調整について話し合っておくことの必要性を感じていた。中垣・千葉(2013)は「父親に産後の家事や育児のイメージができるような支援を行い、家事・育児の調整を促進することで、父親役割の受容につながる」(p.41)と述べていることから、妊娠中から出産後の生活のイメージを夫に持ってもらい、家事や育児の調整を促すことが必要であると考えられる。経産婦は上の子の預け先だけではなく、子どものしつけや生活リズム、精神的なフォローなど自分の考えをより具体的に夫へ伝えることで、出産後スムーズに新たに誕生する子どもの子育てに移行できると考える。

今回の研究参加者は5名と少なく、結果を一般化できたとはいえないことが本研究の限界である。さらに多くの母親の思いや夫の思いも明らかにすることで、より具体的な役割調整への支援を考えていくことが今後の課題である。

Ⅸ. 結 論

産後3~4ヶ月頃の母親は、家事や育児の役割分担に不公平感を感じ、夫の行う家事や育児を肯定的に受け入れる反面で不満を抱いていたが、産後に話し合う時間が持てないという物理的理由と夫にこれ以上の期待はしないあきらめという心理的理由から、その思いを伝えきれていなかった。妊娠中の役割調整について、より具体的にを行う必要性を感じていた。

Ⅹ. 文 献

- 1) 宮本由貴子(2014).父親の子育てに関する一考察 ~30代・40代の父親の子育て状況と母親の意識

～.ライフデザインレポートスプリング,28-35.

- 2) 森永裕美子・難波峰子・二宮一枝(2015).育児期における父親の親性と母親の育児負担感に関する研究.小児保健研究, 74(4),519-526.
- 3) 中垣明美・千葉朝子(2013).生後3～4ヶ月児の父親の父親役割受容状況に関連する要因・産後の家事・育児についての妊娠中からの夫婦間での調整の観点から-.日本看護医療学会雑誌,15(1),35-42.
- 4) 高木静(2015).産後2～3ヶ月の母親の精神的健康とパートナーのソーシャルサポートとの関連・夫婦の総合評価の一致・不一致に焦点をあてて-.小児保健研究,74(1),121-129.

